

## **Аннотация к рабочей программе инструктора по физическому воспитанию «Здоровей- ка!» инструктора по ФК Долговой Г.В.**

Программа разработана на основе программы МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №53", комплексной программы "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, где рационально сочетаются разные виды занятий по физической культуре. В целом комплексе представлены оздоровительно-образовательные мероприятия. Одно из приоритетных задач является использование современных педагогических технологий в физическом развитии детей.

Также включены элементы программы Н. Ефименко «Театр физического развития и оздоровления», где в основе лежит закон природы: «Мальчики – будущие защитники; девочки – будущие матери». Основная задача: прививать любовь к Родному краю, развитие патриотизма.

### **Основные принципы программы:**

1. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными методиками.
2. Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
3. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. Принцип личностной ориентации и преемственности – организация и поддержание связей между возрастными категориями, разноуровневым развитием разного пола, а также учёт состояния здоровья.
5. Принцип дифференциации педагогического процесса – педагогический процесс ориентирован на индивидуальные особенности каждого ребёнка, темп развития и физические возможности.
6. Принцип гарантированной результативности – реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.

### **Целями программы:**

- профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- всестороннее развитие ребёнка физических качеств ребёнка;
- улучшение количественных и качественных показателей выполнения основных движений;
- воспитание любви к занятиям физической культурой.

### **Задачи:**

- обеспечение оптимального двигательного режима и физического развития ребёнка.
- укрепление мышц и связок ОДА.
- укрепление мышц, участвующих в формировании свода стопы.
- формирование правильного стереотипа ходьбы и навыков осанки, обучение координации движений, умению расслаблять мышцы.
- коррекция и компенсация нарушений физического развития и психомоторики.
- повышение эмоционального тонуса.
- улучшение вестибулярного аппарата.
- формирование у детей прочных умений и навыков

- развитие творческой активности детей.
- замедление процесса развития заболевания
- устранение избыточного психоэмоционального и мышечного напряжения во время занятий физической культурой, досугов, развлечений

Программа «Здоровей-ка» разработана для детей 3-6 лет и рассчитана на три года реализации: 216 часов. Занятия проводятся с сентября по май:

- 72 часа в год с детьми младшего возраста (3-4года),
- 72 часа в год с детьми среднего возраста (4-5 лет),
- 72 часа в год с детьми старшего возраста (5-6лет).